

совершенствуются нервные процессы, пластичность функциональной деятельности.

В эмоциональной игровой деятельности воспитывается умение контролировать своё поведение, развиваются такие черты, как активность, настойчивость, решительность.

Главным содержанием подвижных игр являются разнообразные движения и действия играющих. При правильном руководстве ими они оказывают благотворное влияние на сердечно-сосудистую, мышечную, дыхательную и другие системы организма. Подвижные игры повышают функциональную деятельность, вовлекают в разнообразную динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела, увеличивают подвижность в суставах.

Благоприятное гигиеническое и оздоровительное влияние подвижные игры могут оказывать только при правильной постановке занятий с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности занимающихся. Необходимо принимать во внимание, что подвижные игры ограничивают возможность точного дозирования нагрузки, так как при этом нельзя предусмотреть действия каждого участника. Постоянно меняющиеся ситуации в игре, высокая эмоциональность взаимодействия исключают возможность программировать содержание упражнений для отдельных участников. Поэтому, необходимо следить за тем, чтобы физические нагрузки при проведении занятий с использованием игрового метода были оптимальными.

Фідірко М. О.

*Національний університет «Одеська юридична академія»,
доцент кафедри фізичного виховання, кандидат педагогічних наук, доцент*

Головко В. М.

*Національний університет «Одеська юридична академія»,
старший викладач кафедри фізичного виховання*

Бірюков О. А.

*Національний університет «Одеська юридична академія»,
старший викладач кафедри фізичного виховання*

ЗАДАЧІ УПРАВЛІННЯ В УЧБОВО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СТУДЕНТІВ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ

Реалізація ефективності діяльності системи будь-якого рівня складності має постановку мети, як головної складової процесу управління. Досягнення проміжних цілей за своїм функціональним призначенням передбачає постановку і вирішення конкретних задач, орієнтованих на вектор

спільних дій студента-спортсмена і тренера. Відповідальним за постановку і вирішення задач в учбово-тренувальному процесі є тренер викладач. Основний зміст їх діяльності у системі «тренер – студент-спортсмен» реалізується через послідовне формулювання задач на всіх етапах планування учбово-тренувального процесу (особливо це стосується ігрових видів спорту, які широко культивуються у вищих навчальних закладах України).

Метою даної роботи є встановлення і дослідження умов формування і вирішення задач в учбово-тренувальному процесі студентів ВНЗ, які спеціалізуються в ігрових видах спорту (на прикладі жіночого футболу).

Вирішення задач базується на виділенні найбільш складних елементів між різними складовими системи. Зміст задачі повинен включати досягнення запланованих результатів, формування спеціалізованих функціональних станів, тобто за відомих умов слід шукати невідомі шляхи ефективного вирішення задач із отриманням запланованих результатів. При використанні терміну «задача» мається на увазі якась частина проблеми, вирішення котрої передбачає конкретну діяльність з чітким функціональним призначенням.

Відносно вирішення самої задачі слід відмітити, що вона може мати кілька змістовних значень: вирішення як план, спосіб, метод реалізації задачі; вирішення як процес виконання плану; вирішення як результат досягнення планових тренувальних завдань. Задачі можна віднести до категорії творчих і розглядати їх слід не тільки як процес вирішення, але й як розвиток самої проблеми. Необхідною передумовою успішного вирішення задачі є усвідомлення найбільш значущих параметрів мети й спроба включення їх у конкретну виконавчу діяльність. Наприклад, тренер, плануючи підвищення швидкості бігу, виходить з того, що її параметри – частота та довжина бігових кроків – є суттєвими елементами тренування та спільно зі студентом-спортсменом вирішує задачу збільшення цих характеристик із застосуванням певних засобів і методів тренування. Те ж стосується гравців команди, коли вирішення індивідуальних задач підготовки співпадає з командними.

У процесі вирішення задач реалізуються інтелектуальні та особисті можливості тренера і студента-спортсмена. Тут найбільш чітко проявляють себе стилі мислення тренера: 1) системний, за якого наголос робиться на певні методи вирішення задач, розділяючи їх на окремі частини, від простих до більш складних; 2) інтуїтивний – присутній високий рівень усвідомлення проблеми й намагання використати різні методи вирішення задач; 3) аналітичний – відображає характер зосередженості на окремих деталях проблеми з використанням відомих способів вирішення задач; 4) системний стиль, який відрізняється намаганням до встановлення

відношень чи залежності між різними частинами проблеми й тривалим пошуком.

Управлінські задачі мають ряд характерних спеціалізованих характеристик : задачі можуть мати невизначені умови, а у окремих випадках й такі, що є протиріччями; у задачі може бути відсутньою достатня інформація про можливі засоби і методи її вирішення; відсутні чіткі алгоритми вирішення; задачу часто приходится вирішувати в умовах дефіциту часу.

Наявність невизначеності у задачі вимагає від тренера-викладача додаткових знань, які забезпечують формування нових спеціалізованих функцій чи тренувальних станів. У той же час тренер навіть за повного ним розуміння процесу вирішення задачі повинен залишати для студента-спортсмена якусь частину її невизначеності, що дозволяє підвищувати активність відношення останнього до виконуваної роботи, а можливо й до пошуку нових розв'язків. Це може стосуватися як окремих елементів техніки рухів, так і засвоєння нових параметрів об'єму чи інтенсивності навантаження. У випадку нестачі інформації, зв'язаної із пошуком вирішення задачі, необхідно пам'ятати про те, що повна чи часткова відсутність знань про предмет навчання й вдосконалення збільшує активність гормональної системи і сприяє виникненню емоцій, найчастіше негативних. При цьому відбувається порушення об'єктивної взаємодії між тренувальними засобами й реакціями систем організму студента-спортсмена. І тільки зворотній зв'язок у оцінці спортсменом своїх суб'єктивних відчуттів або станів змінює точність виконання рухових дій.

Тренер, який працює зі спортсменами різного рівня підготовки, найбільш важливим є чітке встановлення ступеня значущості задачі, обираючи найбільш невідкладні для першочергового вирішення, в подальшому у необхідній визначеній функціональній послідовності. Така стратегія планування і реалізації буде найбільш доцільною.

Висновок. Підводячи висновок вищевикладеного, ми можемо визначити, що реалізація на практиці розробленої системи забезпечить формування у студента-спортсмена вміння самостійно переходити від одного етапу до іншого; від сприйняття учбової задачі до її вирішення, від її постановки до визначення адекватних учбово-тренувальних дій, оволодіння не тільки прийомами логіки і вирішення різних задач звичайними способами, але й вміння шукати свій, найбільш оптимальний шлях вирішення задач.